

西岡二区高台町内会、西岡みどり町内会合同

納涼盆踊り大会



西岡みどり町内会は初めて参加します!

日時

令和8年 8月 6日(木)、7日(金)
18:00 ~ 20:00

会場

西岡高台公園 野球場



和太鼓体験 ★
コーナーあり



踊った子供、大人には
お土産があります



- ※雨天中止(小雨決行)
- ※飲み物はフリードリンクとなっております。アルコールの提供はしていません
- ※駐車場はございませんので、ご協力をお願いします
- ※お土産には限りがありますので、ご了承ください



主催:西岡二区高台町内会、西岡みどり町内会

令和8年度 第24回西岡地区健康パークゴルフ大会開催のご案内

木立の緑がいっそう濃くなりました。自分の健康は自分で守り、青空の下で仲間と楽しいひとときを過ごしましょう。本年も標記大会を下記のとおり開催することに致しました。会員の皆様には多数の参加をお待ちしております。楽しいパークゴルフを通じて、西岡地域の他町内会の皆様と親睦を深めていただきたいと思います。初心者の方も大歓迎です。

- ・参加申込締切日：令和8年7月29日(水) (締切日厳守願います)
 - ・申込方法：総務部の寺田まで直接(西岡5条11丁目1番22号)電話またはFAX(583-4301)で申込み下さい。
携帯電話(090-5988-5351)でも構いません。外出がちですので留守番電話を利用下さい。(返信します)
申込の連絡内容は、区・班、氏名、性別、生年月日、住所、電話番号、マーカー推薦の可否をお知らせ下さい(様式任意) *本パークゴルフでは申込者の班長による取りまとめはしません。
 - ・町内会の参加割当人員：上限14名で余裕がありますので大勢の参加をお願いします。
参加決定を7月31日(金)までに申込者に連絡させていただきます。
また後日、参加費用を集金させていただきます。
 - ・集合・解散場所：現地集合、現地解散(各人で会場との間を往復移動)
 - ・参加者必守事項：
 - ① 受付・開会式・表彰式、閉会式はマスク着用は参加者の自由とします。
 - ② 参加者は当日朝“体温測定”健康チェックをすること
体調がすぐれない場合は参加を取りやめることとし、必ず下記に連絡願います。
- 緊急連絡先：高木 090-8709-6948、赤坂 080-1868-0467

記

開催日時：令和8年8月30日(日) 雨天決行

(受付：午前7:45～8:00まで スタート：午前8:30)

開催場所：輪厚国際パークゴルフ場 北広島市輪厚235番地(電話011-398-9772)

参加費：1人 1,300円(プレー代、昼食・お茶付き)

*参加キャンセル時の参加費用返却について

8月16日(日)までにキャンセルの申し出があった場合には参加費を返却します。

プレー方法：36ホールストロークプレー

ルール 日本パークゴルフ協会ルール適用(詳細は当日発表)

組合せ等 同じ町内会会員は、同一組とはなりません。

表彰：男女別に次のとおり表彰します。

優勝・準優勝、3～20位、25位から飛賞5位毎、ブービー賞、

参加賞(入賞者以外全員)、ホールインワン賞(当日の指定ホール)

その他 *前年度の上位入賞者にはハンディをつけます。(優勝+5、2位+4、3位+3)

*当日の参加受付は個人単位で行い、町内会単位での受付はいたしません。

*同スコアの場合、順位は年長者優先とします。

*マーカーをやっていただけの方はお知らせください。

以 上

協生会

2026年8月の予定

8月の『多世代食堂』は
お休みさせていただきます。

次回は
9月11日（金）
17:30～19:30

となります。
みなさんとお会いできるのを
楽しみにしています。

<ストレッチ&トレーニング>

8/3 . 8/21 10:00～11:00
（月） （金）

ゆっくりじっくり
体と向き合う時間

料金
700円/1回

（ご都合の合う時だけの
参加で構いません）



8/21
（金）

夕方マルシェ

15:30～18:00

子どもゲームコーナー

飲み物・軽食コーナー

コミュニケーションゲーム

ブックシェアコーナー

など盛りだくさんの予定です



8/27
（木）

<おしゃべり食堂>

12:00～13:30

8月は京都の郷土料理

◇衣笠井

（高野豆腐の卵とじ井）

◇夏野菜の煮びたし

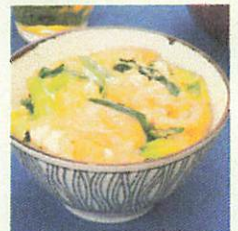
◇冷製トマト

◇浅漬け

大人：500円

子ども：250円

未就学児：無料



月・水・金の午後は、小学生向けの放課後の居場所事業を行っています。

一般社団法人 協生会

（多世代・多文化交流を推進している団体です）

《コミュニティサロン ユリーズ》

西岡5条12丁目18-28（西岡高台こども園向かい）

☎080-3232-5990（川野辺）

西岡地区 すこやか倶楽部

令和8年8～11月

『すこやか倶楽部』とは（札幌市一般介護予防事業）

介護予防センターが札幌市から委託を受け、地区にお住まいの概ね65歳以上の皆様が、いつまでも住み慣れた場所でいきいきと元気に過ごしていけるよう、介護予防を目的として開催している無料教室です。



教室名	笑顔で健康体操		ふれあい南クラブ	はつらつ健康倶楽部	すこやかサロン	さわやか健康倶楽部
内容	ラジオ体操、みんなの体操 他 予定参照		ラジオ体操、みんなの体操、 脳トレ、筋トレ	レク・体操など	手芸、講話	運動・筋トレ中心+講話
会場	西岡みどり町内会館 (西岡5条13丁目20-5)		西岡南団地集会所 (西岡3条2丁目6-8)	望陽台タウンハウス集会室 (西岡3条8丁目13-25)	西岡みどり町内会館 (西岡5条13丁目20-5)	にしおか会館 (西岡4条5丁目8-21)
時間	第1・2金曜日 10:00～11:30		第3火曜日 10:00～11:30	第3金曜日 13:30～15:00	第4木曜日 10:00～11:30	第4金曜日 10:00～11:30
持ち物	水分補給の飲み物、タオル、 動きやすい服装		水分補給の飲み物、タオル、 動きやすい服装	水分補給の飲み物、タオル、 動きやすい服装	のり、ハサミなど 詳しくは お問い合わせください。	水分補給の飲み物、タオル、 動きやすい服装
	第1金曜日	第2金曜日				
8月	7日 モルック 	14日 夏バテ、秋バテ について	18日 こりめ筋トレ体操& モルック 	21日 こりめ筋トレ体操 	27日 いきいき美容教室 講師：資生堂	28日 リズム体操 頭と身体を動かして楽しく リフレッシュ
9月	4日 リズムに合わせて 「ふまねっと」運動	11日 モルック 	15日 脳トレ&モルック 	18日 リズムに合わせて 「ふまねっと」運動	24日 ハロウィン飾り作り 	25日 介護予防すごろく 北海道を1周しながら運動や クイズで盛り上がりよう
10月	2日 モルック 	9日 リズム体操 	20日 リズム体操& モルック 	16日 災害・緊急対策に ついて 	22日 しめ縄飾り作り 迎春 	23日 リズムに合わせて 「ふまねっと」運動
11月	6日 すこやか 食育支援事業	13日 モルック 	17日 棒体操&モルック 	20日 やってみよう棒体操 オリジナル棒制作& 棒体操マニュアルプレゼント 	26日(のり・はさみ) 紙ランタン制作 西岡まちの灯に 展示します 	27日(のり・はさみ) 紙ランタン制作 西岡まちの灯に 展示します

＜申し込み・問い合わせ先＞札幌市豊平区介護予防センター西岡（竹内・高橋）電話番号:581-3000

*参加人数把握・準備の為、初参加の方はお電話で申し込みをお願いします。

*会場の場所など、分からないことがあればお問い合わせください。※派遣講座の内容は変更となることもございます。

※熱、咳、のど、だるさ、息苦しさ、嗅覚、味覚等の異常がある場合は、参加をご遠慮ください。

介護予防センターはボランティアとしての活動や、サークルを立ち上げてみたい方のお手伝いをしております。ご興味がありましたら是非お問い合わせください。

裏面に屋外活動の予定を掲載しています。

令和8年度 公園でモルック 日程表

公園名	ひかり公園	丘の上公園	わんぱく公園	ぬまた公園	さんかく公園
住所	西岡5条2丁目	西岡2条11丁目	西岡1条5丁目	西岡3条10丁目	西岡2条3丁目
定例開催日	第1月午前	第1水午前	第2月午前	第3木午前	第4水午前
8月	熱中症予防のためお休み				
9月	7日 10:00 ～11:00	2日 10:00 ～11:00	14日 10:00 ～11:00	17日 10:00 ～11:00	休み
10月	5日 10:00 ～11:00	7日 10:00 ～11:00	休み	15日 10:00 ～11:00	28日 10:00 ～11:00

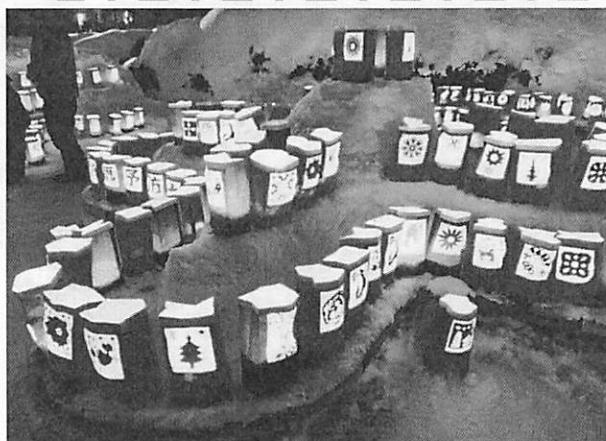
公園での活動は全て参加無料です。体調確認の上、無理せず参加をお願いします。



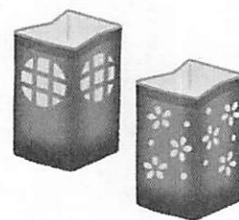
『西岡まちの灯り』へ作品展示を予定しています！

毎年1月末に西岡地区町内会連合会や西岡商工振興会、札幌大学などが中心となった実行委員会が企画して開催している一大行事です。札幌大学の構内にアイスクャンドル、紙袋ランタンを並べロウソクの明かりを灯します。2027年も作品の提供という形で地域ぐるみで盛り上げましょう。

切り目を入れる簡単な方法からご用意をしていますので、予定表で作成する教室をご確認いただき、ぜひ気軽にご参加ください。



2026年は
100個の作品を展示しました。



西岡見聞録

8 月の西岡公園見どころは…

8 月の西岡公園の湿原では青々とヨシが茂り、ハッカ、ツリフネソウ、クサレダマなど夏の花が咲き始めます。園内ではトンボやチョウや、クワガタ、カミキリムシ、コオロギなど、さまざまな虫たちにも出会うことができます。レンタルの虫かご、虫網セットもあるので、夏休みの虫採りを気軽に楽しめますよ。散策の際は、肌を出さない服装と歩きやすい靴でお越しください。暑い日が多くなるので帽子を着用し、こまめな水分補給を心がけましょう。みなさまのご来園を、心よりお待ちしております。

【おさんぽガイド】

ガイドボランティアの皆さんとおしゃべりしながらのんびりと園内を散策します。
四季折々の風景や自然観察を五感を使って楽しみませんか？

■開催日：8 月 7、21 日（金曜日） ■時 間：13 時から 15 時

■参加費：200 円（保険料込） ※現金のみ

■申込み：当日、開始 5 分前までに管理事務所窓口にてお申込みください。※小雨決行

年間の日程はこちらから↓



【子りす工房】

小さなお子様から大人まで自然素材を使った工作を楽しみましょう！
森の材料をたっぷり用意してお待ちしています。初めての人も大丈夫ですよ♪

■開催日：8 月 23 日（日曜日） ■時 間：10 時から 12 時 ■定 員：15 名

■参加費：大人 500 円 子ども 300 円（材料費・保険料込） ※現金のみ

■申込み：8 月 5 日から電話（011-582-0050）または管理事務所窓口にてお申し込みください。

年間の日程はこちらから↓



【夏休み！トンボ標本教室】～自由研究応援企画！～

夏のトンボ採りと本格的な標本づくりを体験しませんか？

■開催日：8 月 4 日（火曜日） ■時 間：10 時から 15 時

■参加費：1000 円（保険料込） ※現金のみ ■定 員：15 名

■申込み：電話予約かメールでお申込み 電話：011-582-0050 メール：nishioka_park@sapporo-park.or.jp

メールはこちらから ↓



【にしおかプレーパーク】～子どもが自由に遊べる場です～

■開催日：8 月 18 日（火）10 時から 12 時 ■場 所：管理事務所ウラ ※直接会場にお越しください

■参加費：いずれも無料 ■申込み：なし

※詳細は（自然遊びの会遊木森森）Facebook まで

管理事務所からのお知らせ

【休館日について】西岡公園管理事務所は 4 月から 11 月まで毎週火曜日が休館日になります。

西岡公園マップ

園内では、ルリボシヤンマやアキアカネ、タカネトンボなど、さまざまなトンボを見ることができます。トンボたちの優れた飛翔能力や体の色、大きさなどをじっくり観察しながら、西岡公園ならではの自然をお楽しみください。

西岡水源池と取水塔

月寒川の上流に位置する西岡水源池は、かつては旧月寒水道へ水を供給していました。取水塔は、今でも水源池に佇んでいます。池にはハリオアマツバメや水鳥たちの姿が見られますよ。

パーゴラ広場

草地の広場の周りには、大きな樹木や、鳥類、昆虫、爬虫類、魚類がいる小さな湿地や月寒川が流れる環境です。

西岡公園の湿原

月寒川の堆積物によって形成された湿原には、様々な水環境に適応した動植物が生きています。

【西岡公園で昨年8月に見られた野鳥】

- | | | |
|----------|-----------|----------|
| ・カイツブリ | ・キジバト | ・エナガ |
| ・ウミウ | ・アオバト | ・ハシブトガラス |
| ・アオサギ | ・ハリオアマツバメ | ・ヒガラ |
| ・オンドリ | ・カウセミ | ・ヤマガラ |
| ・マガモ | ・コゲラ | ・シジュウカラ |
| ・キンクロハジロ | ・アカゲラ | ・ゴジュウカラ |
| ・ハチクマ | ・オオアカゲラ | ・キバシリ |
| ・トビ | ・サメビタキ | ・キセキレイ |
| ・ノスリ | ・コサメビタキ | ・ヒヨドリ |
| ・ハイタカ | ・キビタキ | ・メジロ |
| ・クマタカ | ・センダイムシクイ | ・ハシボソガラス |
| | | ・ハシブトガラス |

コシボソヤンマ

オスの複眼は青緑色。
メスはオリーブ色の複眼です。

全長 8cm 前後

名前の通り腰がくびれています。

駐車場わきの月寒川に生息しています。

ヤゴ（幼虫）で2回越冬する



西岡公園管理事務所

園内の情報を調べたり、休憩を取ることができますよ。
動植物の書籍や公園オリジナルのクラフト品も販売しています。
開館時間…9:00～17:00
休館日…火曜日（4～11月）
電話番号…011-582-0050

ご注意

- 管理事務所周辺以外は未舗装が多い公園です。
- 花や山菜、鳥、獣、魚類の採取・傷つける行為は禁止となっております。
- 園路以外のエリアは立ち入り禁止です。

コシボソヤンマは、夕暮れ時や薄暗い時間帯、早朝に活動する「黄昏飛翔性（たそがれひしょうせい）」のトンボです。そのため、日中に観察することは少なく、人目につきにくい種類です。産卵場所には、周囲を樹木に囲まれた湿った環境を好み、地面がむき出しになった場所や朽木のある場所などを利用します。

西岡みどり No.385

町内会だよりは
町内会から皆様へ
の月に1回の大切
なお知らせです

令和8年7月19日(1頁)

発行

西岡みどり町内会総務部

町内会館にエアコンを設置しました (会長・会館管理責任者)

本年度の町内会総会議案に付議した、札幌市の「市民集會施設建築費補助金制度」の承認が得られ、6月中に町内会館の「床の防火改修」と「冷房機の設置」を完了しました。

今年も猛暑の予報が出ており、町内会の諸活動に町内会館を利用する皆さんには冷房機の活用が可能となりましたので、会館を快適にご利用いただけるようになりました。

「夏休みラジオ体操」を実施します。 (婦人少年部 とも会担当)

町内会では子供たちの夏休みの活動企画として、朝のラジオ体操を例年同様に実施します。(最終日には参加賞をお渡しします。) 詳しくは月初の回覧で案内をしています。

実施日時: 7月25日(土)~8月3日(月) 午前6:30開始

実施場所: 西岡みどり公園

「夏まつり」を8月1日(土)で準備中! (婦人少年部・福祉厚生部)

町内会夏まつりの開催まで約2週間に迫りました。夏まつり実行委員会の皆様の努力で楽しく参加してもらえるように準備中です。町内会役員及び当日お手伝いいただくボランティアの皆さんのお力添えで必ずや盛会となることを祈念いたします。

※雨天の場合は翌2日(日)に順延します。

実施にあたっては地域の児童会館・光陽会・有志の皆さんの協力を得ており、お子さんのみならず大人・高齢者の皆さんには、地域コミュニケーションの場でもあります。大勢の皆さんのご参加をお願いいたします。

【プログラム(抜粋)】~委細案内チラシご参照~

○お菓子食い競争、○割れないスイカ割り、○ゲーム大会、○じゃんけん大会

○ヨーヨーつりなどの縁日、○焼き鳥、ジュース・ビールの販売 など

町内会の手作りで夏まつりを実施するには町内会会員の皆さんのご協力が必須・不可欠です。

今後も協力お願いのチラシを回覧しますので、是非とも協力の申し出を次の婦人少年部役員まで連絡をお願いします。

連絡先: 工藤婦人少年部長(581-0133, 090-1526-7717)、山口子ども会担当副部長(584-6568)

※みどり公園近くの会員の皆様には、賑やかな日となりますが、どうぞご理解・ご了承願います。

8月6・7日に盆踊りを高台公園で開催 (会長・婦人少年部)

8月6日(木)7日(金)の二日間午後6時から8時まで開催します。

踊りに参加いただいた皆さんにはお土産がありますので、奮って参加してください。

委細は今回の案内チラシをご覧いただき、どうぞ夏の夕涼みのひとときをご家族一緒に盆踊りでお過ごしください。

町内会の行事予定

(会長・副会長)

・西岡地区町連の主催の行事予定は、次の通りです。

8月30日(日)「健康パークゴルフ大会」 於: 輪摩国際パークゴルフ場

今回の案内チラシをご覧ください。申し込みは総務部長まで(寺田: 090-5988-5351)

ゴミ出しルールを守ってください! (生活環境部)

※札幌市では、家庭用指定ごみ袋の在庫不足に伴う臨時的対応として、9月30日(水)までの間、燃やせるごみと燃やせないごみは、透明または半透明のごみ袋で排出できるとしています。なお、ゴミの分別ルール・収集日には変更ありません。

しばしばルールを逸脱しているケースが散見されますので、お間違えないように!

※ゴミの種類によって収集日が異なりますので、裏面のカレンダーを参照下さい。

謹んでご冥福をお祈り申し上げます。(総務部)

6月20日 3区 7班 佐藤サツ子さん(90歳) 喪主 長女 木村 京子さん

◆◆◆◆ 未来輝く 西岡は 自然いっぱい 夢いっぱい ◆◆◆◆

8月の役員会

回覧資料の持帰り、連絡事項等の掲示で実施します。

実施日時 3日(月)19:00~

実施場所 西岡みどり町内会館

参加者: 班長及び執行部役員

※班長は配布文書を入れる袋等をご持参下さい。(総務部)

集団資源回収日

8月1日(土)です。

★★資源回収にご協力願います★★

8:30までに「資源回収車から見えやすい場所」に出してください。

(毎月第1土曜日に実施します)

(生活環境部)

交通安全街頭啓発活動

新年度活動は4月から開始しました。

ご協力願います。8月はお休みです。

9月18日(金) 14:00~14:30

(15分前に西岡南小学校前に集合)

(防災防犯部)

「すこやかサロン」

毎月第4木曜日に65歳以上の方を対象に町内会館で新たな活動をしています。

開催時間は、10:00~12:00

7月は23日、8月は27日に実施します。

照会先

石川福祉厚生部長(090-5952-2527)

介護予防センター西岡

竹内さん、高橋さん(581-3000)

(福祉厚生部)

「笑顔で健康体操」

◆「みんなで心と体を元気に!」の趣旨

毎月第1・2金曜日に実施します。

会場は、西岡みどり町内会館です。

開催時間は、10:00~11:00

8月は7・14日に実施します。

(問合せ先)

石川福祉厚生部長(090-5952-2527)

介護予防センター西岡

竹内さん、高橋さん(581-3000)

(福祉厚生部)

防災・防犯について

特殊詐欺・投資詐欺事件続発中!

警察官を騙る詐欺が増加!!

投資話や怪しい電話が来たと思ったら即警察へ電話を! #9110

*留守電機能を活用して下さい!
盛平警察署 Tel.813-0110、
西岡交番 Tel.853-3484、
(防災防犯部)

家庭ごみ収集日(+主要行事)カレンダー(西岡みどり町内会)

令和8年(2026年) ◇ 8月 ◇ Aug.

町内会だよりNo.385
(2頁)

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
2	3 月例役員会 容器包装プラスチック (無料:透明袋)	4 燃やせるごみ(有料:指定袋) ◆スプレー缶類(無料:透明袋)	5 ビン・缶・ペット(無料:透明袋) ◆筒形乾電池(無料:透明袋)	6 盆踊り 於:高台公園 雑がみ (無料:透明袋で回収)	7 <u>[笑顔で 健康体操]</u> 盆踊り 燃やせるごみ(有料:指定袋) ◆スプレー缶類(無料:透明袋)	1 <u>[夏まつり]</u> 資源回収 / 8
9	10 容器包装プラスチック (無料:透明袋)	11 燃やせるごみ(有料:指定袋) ◆スプレー缶類(無料:透明袋)	12 ビン・缶・ペット(無料:透明袋) ◆筒形乾電池(無料:透明袋)	13 枝・葉・草 (無料:「ごみ分けガイド」確認)	14 <u>[笑顔で 健康体操]</u> 燃やせるごみ(有料:指定袋) ◆スプレー缶類(無料:透明袋)	15
16	17 容器包装プラスチック (無料:透明袋)	18 燃やせるごみ(有料:指定袋) ◆スプレー缶類(無料:透明袋)	19 ビン・缶・ペット(無料:透明袋) ◆筒形乾電池(無料:透明袋)	20 雑がみ (無料:透明袋で回収)	21 燃やせるごみ(有料:指定袋) ◆スプレー缶類(無料:透明袋)	22
23 中間回覧	24 容器包装プラスチック (無料:透明袋)	25 燃やせるごみ(有料:指定袋) ◆スプレー缶類(無料:透明袋)	26 ビン・缶・ペット(無料:透明袋) ◆筒形乾電池(無料:透明袋)	27 <u>[すこやか サロン]</u> 燃やせないごみ 【下段※を確認】	28 燃やせるごみ(有料:指定袋) ◆スプレー缶類(無料:透明袋)	29
30	31 容器包装プラスチック (無料:透明袋)	8/1 町内会 <u>「夏まつり」</u> 8/6~7 <u>「盆踊り」</u>	ごみは収集日当日の 朝に出してください。 前日夜には、出さない ようにお願いします。	集団資源回収にご協力を!! 新聞紙は業者収集もありますが、 毎週水曜日のゴミからアルミ缶を分別して、 段ボールは雑がみで収集はされませんので、 町内会の集団資源回収の日!!		【お知らせ】 札幌市は9月末までの間は 燃やせるごみと燃やせない ごみを透明または半透明の ごみ袋でも排出できるように 臨時的な対応をしています
ごみ出しルールを 守りましょう	※:「燃やせないごみ」収集日の内容確認 →		1. 燃やせないごみ(有料:指定袋) 2. 加熱式たばこ・電子たばこ(無料:透明袋) 3. ライター(無料:透明袋)		3種類を別々の 袋で出す	9月町内会集団資源回収 9月5日(土)予定

【お願い】 次の品物が回収の「対象外」となっています。 それぞれ、該当する札幌市のごみ収集日に分別ごみとして出してください。

資源回収しないもの: 「ペットボトル」「スチール缶」「雑紙」「麻油」「布類全製品」

- ◎ ・資源回収の主な品物は、「アルミ缶」「段ボール類」「新聞古紙」「雑誌類」「紙パック(牛乳・酒)」「びん(ビール瓶・一升瓶)」「鉄 類」です。 ※「アルミ缶」はすすいでいただくと助かります。
・毎月第1土曜日の午前8時30分までに、自宅前の道路沿いの資源回収車から見やすい場所に、それぞれを別々の袋で出すようご協力をお願いします。
・町内会集団資源回収により市から交付される奨励金は、町内の排雪費用等に充当され町内会の皆さんのために役立っています。町内会集団資源回収にご協力をお願いします。
- ごみ連絡事項 ☆ごみステーションの清掃・除害は、ごみステーション清掃当番の皆さん及び利用者・近所の皆さんで協力してお願いします。